

一切**变化**，都来自你的内心
转变源于自我，挖掘内心的**无限潜能**吧！



[韩]尹泰益◎著 夏晓晋 傅剑虹 戴堃◎译

The Butterfly, the Change Started from Me

蝴蝶

转变源于自我



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



C912.1

130

2007

The Butterfly,
the Change Started from Me

蝴蝶

转变源于自我

[韩]尹泰益◎著
夏皖晋 傅剑虹 戴堃◎译



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

一切变化，都来自你的内心。只要相信自己，一切皆有可能。转变源于自我，挖掘内心的无限潜能吧！本书通过蝴蝶的成长历程：转变的开端——梦想(卵)，对转变的实践——热情(幼虫)，对转变的追求——挑战(茧)，对转变的执著——忍耐(蛹)，向往更大转变——希望(蝴蝶)，阐述了那些关注自我发展、自我改造的人士，必须经历内心的深刻转变，惟有如此，才能够像毛虫一般蜕去束缚在身上的硬壳，展翅飞翔。

“The Butterfly, the Change Started from Me” ISBN: 89-509-0701-1 by Tae-Ik Yoon. The original Korean edition © 2005 published by Book21 Publishing Group. The Chinese Simplified Language Translation © 2006 by China Machine Press by arrangement with Book21 Publishing Group, Seoul, Korea through EntersKorea Co., Ltd. All rights reserved.

版权所有，侵权必究

本书著作权登记号：图字：01-2006-2683

图书在版编目(CIP)数据

蝴蝶：转变源于自我/(韩)尹泰益著；夏皖晋，傅
剑虹，戴堃译。—北京：机械工业出版社，2006.11

ISBN 7-111-20282-1

I. 蝴… II. ①尹…②夏…③傅…④戴…

III. 自我完善化—通俗读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 130387 号

机械工业出版社(北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

责任编辑：赵泽祥 责任校对：侯 灵 责任印制：李 妍

北京铭成印刷有限公司印刷

2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

159mm×239mm · 6.25 印张 · 2 插页 · 127 千字

定价：22.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

本社购书热线电话(010)68326294

编辑热线电话(010)88379708

封面无防伪标均为盗版

把握世间，品味人生！

一天，一只破茧而出正欲展翅飞舞的蝴蝶映入了我的眼帘，当时的情景让我不由得想起了一句话。

“破茧化蝶，便可把握世间。”

既已来到这个世上，为何不去把握世间？为何不去品味人生，笑迎未来？

我谨将此书献给那些心中充满热忱却尚未实现自我梦想的读者。

毛毛虫凭借着坚强的忍耐力在历经万千苦痛后蜕变成成为蝴蝶，这样的过程不正是生活的一部分吗？从那天起，蝴蝶就融入了我的生活，正巧那个时候我在潜心编写新的教程，内容是有关变化和革新的。

蝴蝶有着多样的意义，传播希望，传递爱心，灵魂不朽……

蝴蝶具有如此众多的意义，怎样去认识、把握它反倒成了一件令我非常苦恼的事。为此，我对蝴蝶的习性、生态、种类以及相关的学说进行了整理、研究，甚至还包括了一些

杂七杂八的常识性东西。最终我完成了这本关于成功和变化的教程，蝴蝶精神贯穿始末。至于教程名称，我想也就只有“蝴蝶”最为合适了。

“蝴蝶”这个名称本身就意味着“成功的答案在于你自己”。

源于自我的转变

“Newborn Action for Butterfly Innovation.”就是要像蝴蝶蜕变一样获得新生，“蝴蝶”一词在韩语中也可以是我“我飞”即“我化身成蝶，展翅飞翔”的意思。

我从事企业人才教育已经十余年了，特别是通过编写《答案在于你自己5》等一系列的图书，向众人传授克服生活困难，实现自我梦想的理念。但是现在世间的成功并不那么简单，其中蕴藏了变化和革新，也就是说并不仅仅是微小的量变而是完全的质变。

如果把以前看作是审视自己、寻找自己的自我发现过程，那么现在的“蝴蝶”就可以说是挖掘自己、突破自己的自我实现过程。

这不正如破茧化蝶吗？在成长中不断地发现自我，从而最终实现自我。

本书得以面世，受到了许多人的指点和帮助。在这里，我要感谢在资料搜集和编写时曾给予我大力支持的首席研究员权佑熏先生和研究员金镇勇先生，并向一起工作的尹泰益意识开发研究所、CMC 意识管理咨询有限公司的员工们表

示最诚挚的谢意，同时我还要感谢我的夫人，是她一直在我身边支持我，让我真正蜕变成为自由飞舞的蝴蝶。

某企业在学习“蝴蝶”课程即将结束时，一位部门负责人突然向总经理请示，希望能有5分钟的发言时间。在得到应允后，他便谈起了自己学习这门课程的体会。

“诸位，有一只毛毛虫，在道路上艰难地爬行着。它一路上被石头绊倒，被蚂蚁追赶，还要躲避黄牛那巨大的脚掌，诸如此类的情况不断地出现在前行的路上。

‘为什么我会这样？为什么我会如此艰难？倒不如死了算了！’就在毛毛虫沮丧无奈的时候，一只蝴蝶飞了过来，对他说：

‘你看，现在虽然困难重重，但我相信总有一天你也会像我一样可以站立在黄牛的头上！’

诸位，虽然我们目前陷入困境，但只要我们齐心协力就一定能够渡过难关。

让我们变成实现自我梦想的蝴蝶吧，加油！”

当时，我听到了他的这番话，立刻感到全身就像是被强大的电流击中一般。的确如此，我们正在蜕变，正在蜕变成一只把握世间、品味人生、充满希望的蝴蝶。

我现在充满了期待。许多幼蝶在我面前展翅欲飞，而我也化身成蝶，翩翩起舞。

尹泰益

Contents

目 录

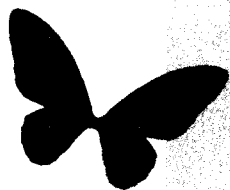
前言 把握世间，品味人生！

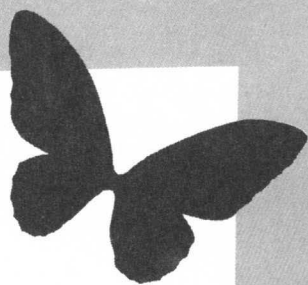
序言 源于自我的转变

1. 完全的变化，造就完美的成功_ 3
2. 蝴蝶效应_ 9
3. 实现我们夙愿的蝴蝶_ 13

第一章 幼虫，渴望破茧化蝶

1. 只有拥有梦想的人才能化蝶_ 21
2. 期盼的程度决定梦想的实现_ 26
3. 梦想是具体的_ 30
4. 不要让梦想从你手中溜走_ 34



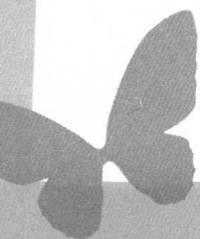


第二章 无限的成长能量，热情

1. 所有的幼虫都满怀热情_ 49
2. 积聚吧，意识觉醒吧_ 55
3. 管理能量，而并非时间_ 60

第三章 从爬行人生到飞行人生

1. 从小变化到大变化_ 75
2. 挑战自我_ 80
3. 无形的事情决定有形的结果_ 88
4. 用信念来选择_ 97



Nabi

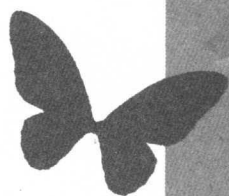
Nabi

第四章 蛹内的自我革新

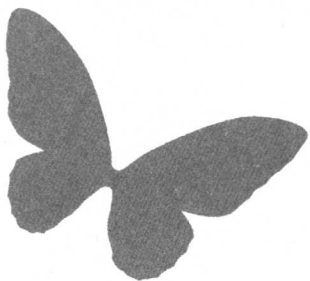
1. 为变化而驻足_ 107
2. 战胜恐惧才能化蝶_ 113
3. 永远相信自己_ 122
4. 用全部身心去生活吧_ 127

第五章 蝴蝶，分享希望

1. “无穷大”蝴蝶交易的法则_ 143
2. 我就是自己的希望_ 151
3. 为希望投资吧_ 160
4. 做传递希望的使者_ 173

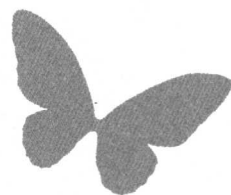
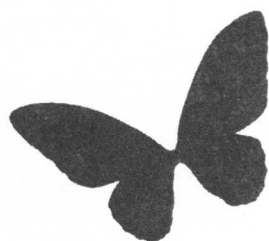


后记 做传递希望的使者，真正实现破茧化蝶



序言

源于自我的转变



Nabi



完全的变化， 造就完美的成功

变化的哲学——“穷则通”

人们在听完我一路走来的故事后常常会问我成功的秘诀究竟是什么。这时，我总是回答：“是因为我始终坚持把‘穷则通’的道理作为自己成就事业的动力。”

事实上，每当危机来临时，我都会恳切地告诫自己要本着“穷则通”的心态，尽自己最大的努力。真的是这样！也许，世上的事只有在你真正为之着急而穷极思变的时候，才能看得很清楚。只有怀着“穷则通”的迫切心态，才能使我们在不知不觉中改变自我，这样的变化哲学，我是在最近才认识到的。有一家研究院一直在整理我的有关“穷则通”的文章，某一天他们说的一句话点醒了我。

“院长，‘穷则通’这话里本身就蕴涵着变化的意义。”

“穷则通”出自《周易》，是易经的根本原理。原话为

“穷则变，变则通，通则久”，整句话缩减为一个词，即“穷则通”。这句话的意思是说，“遇到问题了就要尝试去改变，只有改变了，问题才可以解决，只有解决了才可以长久地维持下去”。其中蕴涵着一个深刻的道理，那就是必须通过变化才能解决问题。

这里值得注意的一点是作为基本前提——“穷”的含义。

这里的“穷”，并不是指“穷困”，而是表示“穷究（深入到问题内部进行研究）”、“极尽”之意。

这里的“穷”，具有“想尽一切方法，作最大努力”的积极内涵，这与为图一时方便而寻求解决之道的“穷则通”，意思截然不同。

这里的“穷”，涵盖了宇宙万物普遍具有的运行法则，体现了变化的哲学。

为了谋求改变，人们难免会处于苦闷之中，然而一旦领悟出“穷则通”的真义，就已在瞬间完成了一度难以为继的变化过程。

穷则变，变则通，通则久。

为了实现真心向往的目标，

就要尽一切努力，尝试作出改变。

通过改变，就能找出解决问题的方法，

只有有了方法，才能成就梦想。

这就是适者生存的自然原理和趋势更新的宇宙法则。

“穷则通”，不是被逼至绝境而逢生的苦肉计，而是真

正的变化之道。

蝴蝶，完全的变化

我们认为人生的最大价值是什么？

财富？名誉？爱情？健康？还是牺牲？从目前来看，在这些价值当中最为人们所追捧的，还是“财富”。

不久前，我在一所大学作了一次讲座，题为“人际关系和就业指导”。当时我问那些听讲的学生目前最关心的事情是什么，他们表示对自己的前途、就业、金钱等现实问题最为关心。这就说明，在他们的眼里，时刻把追求未来“财富”放在首位。他们的回答就是他们真实想法的自然流露。

在大学数量迅猛增加的今天，在教会和寺庙的数量成几何速度增长的当代，各种社会问题反而变得越来越尖锐，越来越恶化。为什么会这样呢？

“万事通”与实践者是截然不同的。当今社会，在“万事通”数量骤增的同时，事必躬亲的人却不多。

正如一些人的思维在幼儿期以后并未继续发展一样，物质社会的高度发展和复杂化并未孕育出与之相应的价值观。这种不均衡现象存在于社会发展和个人成长的过程中。

一些人未经历考验和苦痛，而自我丧失了挑战 and 忍耐能力，这如同尚在茧中未成蝴蝶的蛹一般。

一位叫查尔斯·考恩的生物学家有感于化蝶过程中蝴蝶所承受的痛苦。在睡眠蒙蒙的蛹的家中有着一个比针眼儿略大的窟窿，蝴蝶正是从这个窟窿中艰难冲出，来到世上。其

中忍受了巨大的煎熬和痛苦。正因为如此，这位生物学家用剪刀剪大茧上的洞口。蝴蝶可以通过剪大的洞口，轻松来到这个世上。这种快乐难以言表。然而，一切却只是昙花一现。考恩发现，这些蝴蝶不能飞，只是瘫软在地上爬滚。翅膀也不像自然进化的蝴蝶那样漂亮。

经历煎熬洗礼而破茧成蝶是蝴蝶今后得以生存的一个重要环节，没有依靠自身实现化蝶的蛹最终只能沦为不能飞的蝴蝶。蝴蝶在竭尽全力破茧的过程中，身体会分泌出液体，从而浸湿翅膀，与此同时翅膀也将得到锤炼，获得飞翔的能力。

变化的意义在于培养自己飞向更加远大目标的能力。

蝴蝶是各个阶段形态完全不同的昆虫。从幼虫到蛹，从蛹到蝴蝶，省略其中任何一个环节，蝴蝶都将不能生存。这就是尖锐的生存问题。如何渡过“蛹的窟窿”这一苦难时期，成为左右蝴蝶的一切。

人生在世，如果没有遇到任何挫折，就会像无法飞舞的蝴蝶一样，最终成为“残疾”。蝴蝶只有彻底实现变态和变化，才能圆梦。不变的事物无法生存，这是自然界真理。穷则通的原理也正在于此。然而，人总是在他人身上而并非从自身寻找成功标准。

“由于那个人成功了，所以我也试试。那个人那样做，所以成功了。”仿效他人人生而终日奔波的人数不胜数。书店里关于成功学的书籍比比皆是。高唱成功之歌的天才不胜枚举。然而，奉劝立足于自身可能性和变化的文章却是凤毛麟角。

我不曾化蝶的原因不是因为你，而是在于不能破茧的

我。我不能坚强地经历苦难的洗礼，所以未能实现飞跃。由此可见，根结正是在于我。

的确，我们的蜕变最终从我开始。

人的成长是什么？我认为，人的成长就是突破自身限制的精神壁垒，发挥自身无穷的力量和智慧的过程。安逸、舒适向我们伸出了诱惑的双手，如何去摆脱，如何鼓足勇气去挑战，成功和幸福也正孕育于此。

幼虫历经挑战和忍耐的煎熬，方可化身成蝶，这就是自然界的真理。只有完全的变化，才可能有完美的成功。

自然，伟大的 CEO

自然，伟大的 CEO。自然是个完美的系统。许多人从自然界中的动物身上学到了经营法则和领导才能。撰写自我启发书的著名作家们呼吁向大雁、海狸等动物学习，这也绝非偶然。

自然法则是支配自然界的原理，身体变化、社会更迭以及经营环境转换都可以说是自然的秩序。如果自然法则该变不变，该换不换，那么它将会失去存在的价值。

如同化蛹成蝶一般，所有的生命体都是通过变化来维持生命和种族的。若非如此，只能是灭绝或者退化。人类若没有改变自身的力量，也无法取得完美的成功，其中的道理不尽相同。

人类在自然里找到了发展和进化的理念。自然积蓄的成果被人类所活用，根据自然的原理，我们试着创造性地模仿

和改变。我们称它为“生态模仿”，这就是来源于自然的最高教诲。

自然源源不断地为人类的潜力和进化提供理念和方法。结果，那些感慨自然、揣摩自然的人在自我实现和人类文明的发展上成为了先驱者。莱特兄弟领悟飞机的原理来源于秃鹰翅膀的启发，现代机器工业学和航天工业学里也蕴涵着昆虫和动物的生命原理，正因如此，我们可以说，自然是为人类发展指引方向的伟大的 CEO。

我们通过蝴蝶的蜕变来谈论完美的成功，谈及真实的自然教诲，是为了从中获得成长的动因。

蝴蝶为了展开美丽的翅膀，历经残酷的蜕变。与之相似，人类为了自身的完善，也必须经历变化，这就是自然的秩序和原理。我们通过生态模仿，也能够唤醒自身变化的力量。

从完全蜕变的蝴蝶身上学到，只有完全的变化才能带来完全的成功。